



نشانه‌های پارکینسون را جدی بگیرید

همه افراد در سنین بالای 50 یا 60 سال از مشاهده علائمی چون لرزش در اندام خود بویژه در انگشتان و دست‌هایشان می‌ترسند و آن را نشانه‌ای از بیماری خطرناکی چون پارکینسون می‌دانند ...

همه افراد در سنین بالای 50 یا 60 سال از مشاهده علائمی چون لرزش در اندام خود بویژه در انگشتان و دست‌هایشان می‌ترسند و آن را نشانه‌ای از بیماری خطرناکی چون پارکینسون می‌دانند که حتی برخی افراد مشهور در عالم ورزش چون محمدعلی، کل، بهکسه، معصف، انا، دن، سنب، همان، گفتا، کد. در واقع، پارکینسون، یک بیماری مزمن با سیر طولانی است که به گفته دکتر فرزاد اشرافی، متخصص مغز و اعصاب و عضو هیأت علمی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی، قسمتی از مغز به نام ماده سیاه را درگیر می‌کند؛ ناحیه‌ای که ماده شیمیایی به نام دوپامین ترشح می‌کند که با اثر روی قسمت‌های مغز و نخاع باعث کنترل و تنظیم حرکات عضلات بدن می‌شود. به بیان دیگر، در پارکینسون تعدادی از سلول‌های ماده سیاه مغز تخریب می‌شود و به واسطه آن ترشح دوپامین کاهش پیدا می‌کند که در نهایت باعث اختلال در کنترل حرکات بدن، آهستگی حرکات، لرزش دست‌ها و سفتی اندام می‌شود.

پارکینسون و نشانه‌هایش

دکتر اشرافی در گفت و گو با جام جم با اشاره به این که پارکینسون با علائم غیرحرکتی چون اضطراب و افسردگی، اختلال اداری، یبوست، اختلال بویایی، اختلال خواب و کاهش وزن نیز همراه است، می‌گوید: آهستگی و کندی در شروع حرکت معمول روزانه، توقف در حرکات اندام، کاهش حرکات خودبه خود دست‌ها در حین راه رفتن، سفتی در اندام‌ها و لرزش اندام که بیشتر در حین استراحت وجود دارد از دیگر نشانه‌های این بیماری ناتوان کننده است. البته معمولاً در حین فعالیت و کار کردن، لرزش در دست‌ها وجود ندارد و لرزش بیشتر در انگشتان دست، بازو و گاهی نیز در پاها مشاهده می‌شود. همچنین علائم لرزش و کندی و سفتی اندام بیشتر از یک طرف بدن شروع می‌شود و بتدریج علائم دوطرفه می‌شود. این متخصص مغز و اعصاب با اشاره به دیگر علائم پارکینسون می‌افزاید: کاهش حرکات صورت بویژه کاهش تعداد پلک زدن، اختلال در نوشتن (ریز شدن خط) و صحبت کردن آهسته در کنار اختلال تعادل و اختلال در وضع بدن از علائم دیررس پارکینسون است. البته به طور مشخص در افراد مبتلا، فلج اندام وجود ندارد و قدرت عضلات طبیعی است.

چه کسانی مبتلا می‌شوند؟

جالب است بدانید که پارکینسون، بیشتر در افراد بالای 50 سال رخ می‌دهد و با افزایش سن، شیوع آن بیشتر می‌شود. بر اساس آمار، شیوع آن در 50 تا 51 سال، 17 نفر در هر صد هزار نفر و در افراد بین 70 تا 79 سال 93 نفر در هر صد هزار نفر است. البته در مردها کمی بیشتر از زنان رخ می‌دهد. البته به گفته دکتر اشرافی، این بیماری بندرت در سنین زیر 50 سال رخ می‌دهد و گرچه این بیماری معمولاً ارثی نیست، ولی در تعداد کمی از افرادی که در سنین زیر 50 سال مبتلا می‌شوند، ممکن است ارثی باشد.

خطر فلزات سنگین در بروز پارکینسون

دکتر اشرافی با تاکید بر این که تماس زیاد با فلزات سنگین، احتمال بروز بیماری پارکینسون را افزایش می‌دهد، توضیح می‌دهد: تماس با سموم علف کش و حشره کش، مسمومیت با دی سولفید کربن، تماس با منگنز، مسمومیت با منواکسیدکربن و مصرف داروهای ضد روان پریشی و ضد تهوع نیز احتمال بروز بیماری پارکینسون را افزایش می‌دهد.

تشخیص چگونه ممکن است؟

خوب است بدانید که برای تشخیص پارکینسون، تست خاصی وجود ندارد و تشخیص بیماری صرفاً بر اساس شرح حال و شروع علائم بالینی و معاینه فیزیکی بیمار صورت می‌گیرد تا جایی که در موارد خفیف، تشخیص پارکینسون برای پزشکان سخت است و با پیشرفت علائم، تشخیص آن راحت تر می‌شود. البته به گفته دکتر اشرافی، در مواردی چون شروع بیماری در سن پایین تر یا زمانی که علائمی مثل اختلال حسی و فلج اندام یا سابقه ضربه به سر در شخص وجود دارد، تصویربرداری و آزمایش‌های مخصوص خونی برای تشخیص قطعی انجام می‌شود.

درمان دارویی همیشگی است

بیماران مبتلا به پارکینسون باید بدانند که مصرف داروهای حاوی ترکیبات دوپامین باعث کاهش و بهبود علائم پارکینسون می‌شود، اما مصرف این دارو تا پایان عمرشان ضروری است.

دکتر اشرافی درباره درمان‌های جراحی این بیماری می‌گوید: در مواردی که پارکینسون پیشرفته باشد، یعنی از شروع بیماری شش سال گذشته باشد با مصرف دارو پاسخ مناسب گرفته نشود یا عوارض دارویی برای بیمار رخ دهد، درمان از طریق جراحی توصیه می‌شود. البته تصمیم‌گیری برای جراحی به عهده متخصص مغز و اعصاب بوده و هر بیمار مبتلا به پارکینسون، کاندید مناسب جراحی نیست. عمل جراحی نیز از طریق الکتروود گذاری داخل مغز صورت می‌گیرد. البته عمل جراحی الکتروود گذاری باعث قطع دارو پس از جراحی نمی‌شود، بلکه به واسطه آن فقط میزان مصرف دارو کاهش می‌یابد.

این متخصص تاکید می کند: طی کردن دوره های توانبخشی نیز که شامل گفتاردرمانی، فیزیوتراپی، کاردرمانی و ورزش می شود طی دوره درمانی ضروری است؛ زیرا فعالیت بدنی باعث افزایش قدرت عضلات، بهبودی و نرمی حرکات اندام و بهبودی تعادل، کاهش سفتی و درد مفاصل می شود. بر این اساس، انجام ورزش های هوازی مانند پیاده روی، تردمیل، شنا و دوچرخه سواری به افراد مبتلا به پارکینسون توصیه می شود.

پونه شیرازی / گروه سلامت